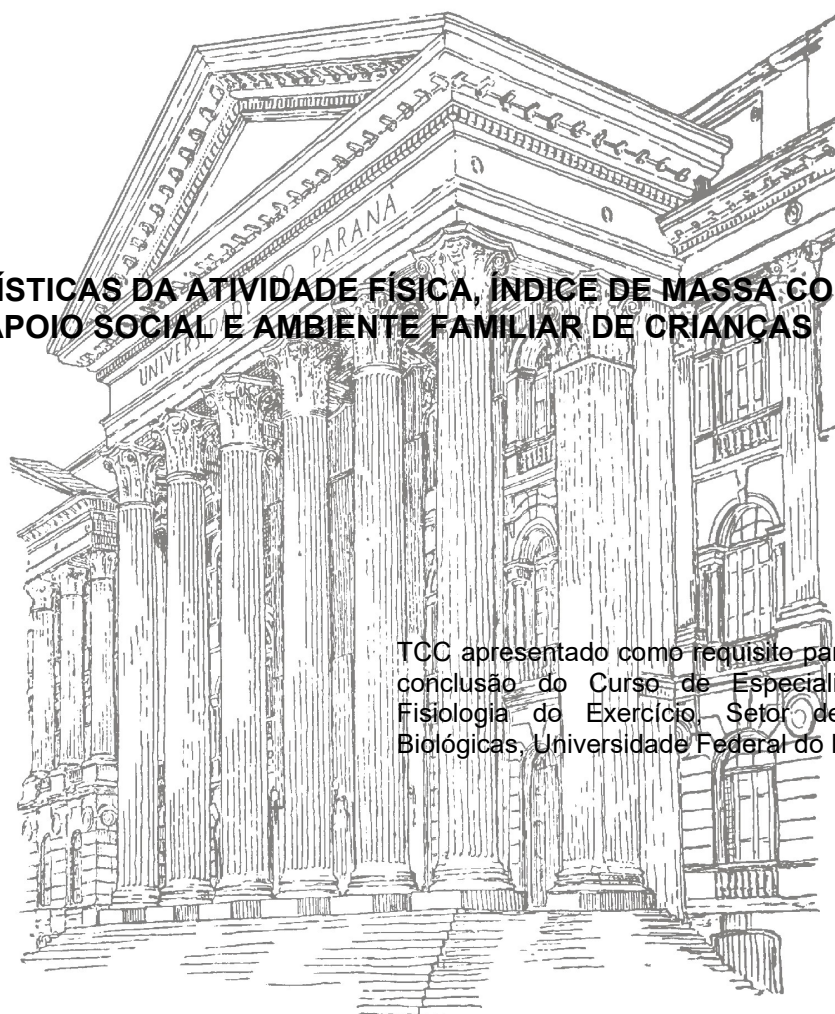


**UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ**

**ANELIZE GABRIELE PERESSUTE RIBEIRO**

**CARACTERÍSTICAS DA ATIVIDADE FÍSICA, ÍNDICE DE MASSA CORPORAL,  
APOIO SOCIAL E AMBIENTE FAMILIAR DE CRIANÇAS**



TCC apresentado como requisito parcial para a conclusão do Curso de Especialização em Fisiologia do Exercício, Setor de Ciências Biológicas, Universidade Federal do Paraná.

**CURITIBA, PR  
2020**

**ANELIZE GABRIELE PERESSUTE RIBEIRO**

**CARACTERÍSTICAS DO AMBIENTE FAMILIAR, APOIO SOCIAL, ÍNDICE DE  
MASSA CORPORAL E ATIVIDADE FÍSICA DE CRIANÇAS**

TCC apresentado como requisito parcial para a conclusão do Curso de Curso de Especialização em Fisiologia do Exercício, Setor de Ciências Biológicas, Universidade Federal do Paraná.  
**Orientador:** Dr. Wagner de Campos.

**CURITIBA  
2020**

## RESUMO

São vários os correlatos da atividade física das crianças, sendo estes objetos de estudo fundamentais para futuras intervenções visando a saúde delas. O objetivo deste estudo portanto, é descrever o nível de atividade física, índice de massa corporal, apoio social e ambiente familiar de crianças de escolas municipais da cidade de Curitiba-PR. O estudo está inserido na categoria de estudos descritivos, tendo uma amostra de 461 crianças de 9 e 10 anos de idade, de 10 escolas municipais da cidade de Curitiba. Dentre os resultados do estudo, 89,2% das crianças foram classificadas como insuficientemente ativas com 82% possuindo peso normal e 17,6% com excesso de peso (sobrepeso e obesidade). A maior parte da amostra alegou receber o apoio social dos pais “às vezes”. Em relação ao ambiente familiar, houve diferença significativa entre os sexos no quesito de espaços disponíveis na residência para prática de atividade física, e no quesito de equipamentos esportivos. Indicamos a necessidade de intervenções e maior exploração dos motivos que levam as crianças a não atenderem os critérios de suficiência na atividade física. O baixo apoio social dos pais apresentado no estudo pode ser um dos fatores relacionados ao baixo nível de atividade física. Por fim, vemos que há diferenças entre os sexos feminino e masculino com relação ao espaço disponível para prática de atividade física na residência e na oferta de equipamentos esportivos e isto também pode estar relacionado à prática de atividade física.

**Palavras chave:** Ambiente; Atividade Física; Crianças.

## ABSTRACT

There are several correlates of children's physical activity, and these objects of study are fundamental for future interventions aimed at their health. The objective of this study, therefore, is to describe the level of physical activity, body mass index, social support and family environment of children from municipal schools in Curitiba-PR. The study falls into the category of descriptive studies, with a sample of 461 children aged 9 and 10 years, from 10 municipal schools in the city of Curitiba. Among the study results, 89.2% of children were classified as insufficiently active with 82% having normal weight and 17.6% overweight (overweight and obesity). Most of the sample claimed to receive social support from their parents "sometimes". Regarding the family environment, there was a significant difference between genders in terms of available spaces in the residence for physical activity, and in the area of sports equipment. We indicate the need for interventions and further exploration of the reasons why children do not meet the criteria of sufficiency in physical activity. The low social support of parents presented in the study may be one of the factors related to the low level of physical activity. Finally, we see that there are differences between genders regarding the space available for physical activity at home and the provision of sports equipment and this may also be related to physical activity.

**Keywords:** Environment; Physical Activity; Children.

**LISTA DE TABELAS**

Tabela 1.....11

Tabela 2.....13

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO.....</b>	<b>7</b>
1.1 Objetivo (s) .....	8
<b>2 MATERIAL E MÉTODOS.....</b>	<b>9</b>
2.1 Delineamento da pesquisa.....	9
2.2 População e Amostra.....	9
2.3 Instrumentos e Procedimentos.....	9
2.4 Tratamento dos Dados e Estatística.....	11
<b>3 RESULTADOS E DISCUSSÃO.....</b>	<b>11</b>
<b>4 CONCLUSÕES.....</b>	<b>16</b>
<b>REFERÊNCIAS.....</b>	<b>17</b>
<b>ANEXO 1.....</b>	<b>19</b>
<b>ANEXO 2.....</b>	<b>22</b>
<b>APÊNDICE 1 .....</b>	<b>23</b>
<b>APÊNDICE 2.....</b>	<b>24</b>

## 1 INTRODUÇÃO

A atividade física (AF) regular é associada com melhorias na saúde, bem-estar, e das capacidades físicas daqueles que a praticam (BLAIR, LAMONTE, & NICHAMAN, 2004), sendo que em crianças e jovens, com a prática da mesma associada com estratégias para adoção de uma dieta saudável, ocorre um desestímulo do uso do tabaco, do álcool, das drogas, reduzindo a violência e promovendo a integração social (PINHEIRO ET AL, 2012).

Embora existam todos esses benefícios e muitos outros advindos da prática de AF, as crianças não estão atingindo os níveis de atividade física adequados para sua faixa etária (HALLAL ET AL, 2006). Com o baixo nível de atividade física ocorre um aumento de peso que pode influenciar no crescimento físico (FAIRCLOUGHE, 2003) e maturação biológica da criança (STRONG ET AL, 2005) sendo o controle do peso corporal uma ação primordial na vida das crianças.

Outra medida importante para manter ou promover a AF, é o apoio social, que é um dos correlatos da AF em crianças e adolescentes sendo considerado como um importante fator psicossocial (BAUMAN ET AL, 2012). O apoio social é um constructo contido em várias teorias e modelos usados para explicar o comportamento da atividade física (GLANZ ET AL, 2008). Pais, familiares (irmãos, tios e avós), amigos e professores têm sido os mais amplamente investigados, porque são as principais fontes de apoio (DUNCAN ET AL 2005, BEETS ET AL 2006, BARR-ANDERSON 2010).

Tendo em vista que as variáveis sociais podem representar alguns dos mais importantes fatores que modificam a atividade física em jovens, a influência dos pais pode ser de importância primordial (RHODES; GUSTAFSON, 2016). Best e Colaboradores (BEST et al., 2017) em seu estudo aonde procuravam por preditores consistentes da atividade física em crianças, um desses preditores encontrados foi justamente o suporte dos pais para a atividade física. As crianças são dependentes não só das condições socioeconômicas dos seus pais, mas também do ambiente físico (ambiente construído) onde estas residem (PRONTO, 2013), por meio da disponibilidade de equipamentos esportivos em sua residência (MILLSTEIN et al., 2011) , e por aspectos físicos no sentido de explorar instalações esportivas perto do domicílio (PRONTO, 2013).

Desta forma, vemos que são vários os correlatos da atividade física das crianças, sendo estes objetos de estudo fundamentais para futuras intervenções visando a saúde de crianças. O objetivo deste estudo é descrever o nível de atividade física, índice de massa corporal, apoio social e ambiente familiar de crianças de escolas municipais da cidade de Curitiba-PR.



## 2 MATERIAL E MÉTODOS

### 2.1 Delineamento da Pesquisa

O estudo está inserido na categoria de estudos descritivos, sendo estes responsáveis pela análise do *status* procurando resolver os problemas de pesquisa através de uma descrição completa e objetiva, a pesquisa ainda apresenta um corte transversal (THOMAS; NELSON, 2012).

### 2.2 População e Amostra

A população do estudo foi composta por crianças de 9 e 10 anos de 10 escolas municipais da cidade de Curitiba. O número de escolas municipais na cidade é de 183 escolas, estas divididas em 10 núcleos regionais segundo o departamento de planejamento, estrutura e informações da prefeitura de Curitiba, tendo sido selecionada 1 uma escola por regional.

Para determinar o número de sujeitos mínimo para o presente estudo foi realizado um cálculo amostral no programa Gpower versão 3.1. Foi estipulado um tamanho de efeito de 0,19 referente a associação entre o alto nível de atividade física de crianças e apoio de um dos pais (DAVISON; CUTTING; BIRCH, 2003), levando em consideração um nível de significância de 95% ( $\alpha=0,05$ ) e um poder de 80% ( $\beta=0,20$ ). O número de amostra mínimo estimado foi de 151 sujeitos, com um acréscimo de 30% de perdas e recusas, totalizando 196 sujeitos. Como o estudo contempla duas populações distintas, sendo elas o sexo masculino e feminino, a amostra foi duplicada tendo um total de no mínimo 392 sujeitos.

### 2.3 Instrumentos e Procedimentos

O nível de atividade física das crianças foi mensurado através do *Physical Activity Questionnaire for Children* (PAQ-C) (ANEXO I), questionário que tem a proposta de oferecer medidas autorrelatadas da prática de atividade física de crianças entre 8 e 13 anos tendo sido traduzido e validado em 2015 (GUEDES; GUEDES, 2015). O questionário consiste em nove questões direcionadas a mensurar diferentes

aspectos da prática de atividade física na última semana. As categorias de resposta são divididas em escala crescente de 5 pontos.

O apoio social do(s) pai(s) (ou responsável) foi avaliado através da escala de apoio social validado para escolares brasileiros de 9-15 anos de idade (BACIL et al., 2016) (ANEXO II). Neste estudo foram usadas apenas as perguntas referentes ao apoio dos pais (ou responsável) totalizando 6 perguntas: com que frequência seus pais estimulam você a praticar atividade física? Com que frequência seus pais praticam atividade física com você? Com que frequência seus pais transportam ou disponibilizam transporte para que você possa ir até o local onde você pratica sua atividade física? Com que frequência seus pais assistem você praticando atividade física? Com que frequência seus pais comentam que você está praticando bem sua atividade física? Com que frequência seus pais conversam com você sobre sua atividade física? As respostas apresentam as seguintes categorias: nunca, raramente, frequentemente e sempre.

O estado nutricional foi avaliado através da mensuração da massa corporal (balança digital da marca cadence) e da estatura em metros utilizando a fita antropométrica. Com esses dados foi possível o cálculo do índice de massa corporal (IMC) usando a fórmula:  $\text{peso}/\text{altura}^2$  (APÊNDICE I).

Por fim, os aspectos do ambiente familiar foram avaliados através do questionário de ambiente familiar, elaborado para o presente estudo (APÊNDICE II). O questionário é direcionado para as crianças e é composto por dez questões, contendo informações sociodemográficas e referentes à disponibilidade de equipamentos esportivos e espaços disponíveis para a prática de atividade física. As sete primeiras questões tratam dos aspectos sociodemográficos, sendo as perguntas as seguintes: com quem a criança mora, número de irmãos da criança, convivência da criança com os irmãos, quem cuida da criança quando ela está em casa, tempo diário que o responsável despende com a criança, tipo de residência e porte ou não de cachorro(s). A nona questão é referente aos espaços disponíveis para prática de atividade física, e a décima questão se refere à disponibilidade de equipamentos esportivos na residência da criança.

## 2.4 Tratamento dos dados e Estatística

A estatística descritiva foi realizada através da frequência absoluta e relativa, sendo este procedimento realizado em virtude de os dados serem não paramétricos, com o teste qui quadrado para comparação entre os grupos (masculino e feminino). As análises foram realizadas no *software* SPSS 20.0.

## 3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

O presente estudo teve como amostra final 461 crianças de 9 (54,2%) e 10 anos (45,8%), sendo 236 meninos e 225 meninas. A tabela 1 a seguir apresenta os dados descritivos referentes a idade, nível de atividade física, índice de massa corporal e apoio social das crianças.

TABELA 1. DADOS DESCRITIVOS REFERENTES A IDADE, NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA, ÍNDICE DE MASSA CORPORAL E APOIO SOCIAL DAS CRIANÇAS, CURITIBA, PARANÁ, BRASIL (N=461)

Variável	Total (N=461)		Meninos (N=236)		Meninas (N=225)		p
	N	%	N	%	N	%	
<b>Idade</b>							
9 anos	250	54,2	131	55,5	119	52,9	0,57
10 anos	211	45,8	105	44,5	106	47,1	
<b>Nível de AF</b>							
Ativos	50	10,8	30	12,7	20	8,9	0,23
ISF Ativos	411	89,2	206	87,3	91,1	205,0	
<b>IMC</b>							
Magreza/Normal	380	82,4	193	81,8	187	83,1	0,70
Acima do peso	81	17,6	43	18,2	38	16,9	
<b>A.S Estimulam</b>							
Nunca	68	14,8	39	16,5	29	12,9	0,34
Às vezes	244	52,9	127	53,8	117	52,0	
Sempre	149	32,3	70	29,7	79	35,1	
<b>A.S Praticam</b>							
Nunca	120	26,0	71	30,1	49	21,8	0,12
Às vezes	262	56,8	128	54,2	134	59,6	
Sempre	79	17,1	37	15,7	42	18,7	
<b>A.S Transportam</b>							
Nunca	124	26,9	71	30,1	53	23,6	0,01
Às vezes	231	50,1	124	52,5	107	47,6	

Sempre	106	23,0	41	17,4	65	28,9	
<b>A.S Assistem</b>							
Nunca	113	24,5	61	25,8	52	23,1	0,77
Às vezes	235	51,0	119	50,4	116	51,6	
Sempre	113	24,5	56	23,7	57	25,3	
<b>A.S Comentam</b>							
Nunca	100	21,7	56	23,7	44	19,6	0,09
Às vezes	215	46,6	116	49,2	99	44,0	
Sempre	146	31,7	64	27,1	82	36,4	
<b>A.S Conversam</b>							
Nunca	127	27,5	71	30,1	56	24,9	0,46
Às vezes	199	43,2	99	41,9	100	44,4	
Sempre	135	29,3	66	28	69	30,7	

Fonte: O autor (2019).

Nível de AF: Nível de atividade física; IMC: Índice de massa corporal; AS: Apoio Social; ISF: Insuficientemente ativo. Qui-quadrado de Pearson;  $p \leq 0,05$ .

Com relação ao nível de atividade física, 89,2% das crianças foram classificadas como insuficientemente ativas, e consequentemente 10,8% como suficientemente ativas sendo que a porcentagem de meninos ativos foi maior que a porcentagem das meninas. O alto índice de crianças insuficientemente ativas corrobora com outros estudos nacionais. Rivera e autores (2010) em estudo com 1.253 estudantes, compostos por crianças (entre 7 e 9 anos) e adolescentes (entre 10 e 17 anos) de ambos os sexos de escolas públicas da cidade de Maceió, constatou que 93,5% dos sujeitos avaliados não praticam atividade física de moderada a intensa ao longo da semana. Silva e demais autores (2009) avaliaram 1028 crianças e adolescentes de quatro escolas públicas estaduais de Aracaju, obtendo uma prevalência de indivíduos sedentários de 76,6%. Pinheiros e autores (2017) em estudo realizado em Manaus com 304 crianças do 4º e 5º ano do Ensino Fundamental, de ambos os sexos, de cinco escolas públicas estaduais, demonstrou alta porcentagem de comportamento sedentário entre os estudantes e isso segundo os autores indica a necessidade de uma reflexão por parte dos educadores físicos de como intervir nesta realidade, visando a promover um estilo de vida fisicamente ativo com a elaboração de programas de políticas públicas na promoção de saúde.

A grande maioria da amostra foi classificada com peso normal (82%), sendo apenas 0,2% classificado com magreza. A porcentagem de crianças com excesso de peso (sobrepeso e obesidade) foi de 17,6% (tabela 1). Venâncio e autores (2013) em estudo com 1982 crianças, entre 7 e 9 anos de escolas públicas e privadas da cidade

de Anápolis-GO, encontraram uma prevalência de 14,35% de crianças com excesso de peso, nas escolas públicas. Ribeiro e demais autores (2006) constataram uma taxa de 11,5% de excesso de peso em 1445 crianças e adolescentes da cidade de Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil. Os resultados do presente estudo estão em conformidade com outros estudos nacionais.

O apoio social dos pais foi discriminado em seus 6 componentes, sendo que em todos eles a maior parte da amostra alegou receber o respectivo apoio “às vezes” (52,9% em “estimulam”, 56,8% em “praticam”, 50,1% em “transportam”, 51% em “assistem”, 46,6% em “comentam” e 43,2% em “conversam”. Houve diferença significativa ( $p < 0,05$ ) entre os sexos apenas no apoio relacionado ao transporte para a prática de atividade física, sendo que a porcentagem das meninas (28,9%) que recebem sempre esse apoio é maior do que a dos meninos (17,4%) (tabela 1).

No geral, estratégias de apoio aos pais que ajudam os pais a superar as restrições de uma agenda lotada para o apoio à atividade física e barreiras no nível da criança, como preferências da criança são necessárias. (JARVIS, 2017).

Especialmente durante a infância (5 a 12 anos), quando os comportamentos estão sob controle menos volitivo, os pais são um dos principais provedores de oportunidades inibitórias e promotoras pelas quais as crianças podem ser ativas (Beets, 2017).

A tabela 2 a seguir apresenta as características do ambiente familiar.

TABELA 2. DADOS DESCRITIVOS REFERENTES AS CARACTERÍSTICAS DO AMBIENTE FAMILIAR, CURITIBA, PARANÁ, BRASIL (N=461)

Variável	Total (N=461)		Meninos (N=236)		Meninas (N=225)		P
	N	%	N	%	N	%	
<b>Mora com</b>							
Mãe	82	17,8	44	18,6	38	16,9	0,22
Pai e mãe	276	59,9	147	62,3	129	57,3	
Outros	103	22,3	45	19,1	58	25,8	
<b>Se tem irmãos</b>							
Sim	396	85,9	198	83,9	198	88,0	0,20
Não	65	14,1	38	16,1	27	12,0	
<b>Número de irmãos</b>							
1 irmão	170	36,9	72	30,5	98	43,6	0,07
2 irmãos	111	24,1	63	26,7	48	21,3	
3 irmãos	48	10,4	26	11	22	9,8	
Mais de 3 irmãos	67	14,5	37	15	30	13,3	
<b>Irmãos moram junto</b>							

Sim	333	72,2	171	72,5	162	72,0	0,21
Não	63	13,7	27	11,4	36	16,0	

#### Quem é o Responsável

Pai	36	7,8	22	9,3	14	6,2	0,25
Mãe	175	38,0	84	35,6	91	40,4	
Pai e mãe	129	28,0	74	31,4	55	24,4	
Avó e/ou avô	76	16,5	36	15,3	40	17,8	
Outro	45	9,8	20	8,5	25	11,1	

#### Quanto tempo passa junto

Até 2h por dia	61	13,2	37	15,7	24	10,7	0,21
2 a 4h por dia	49	10,6	22	9,3	27	12,0	
>4h por dia	351	76,1	177	75	174	77,3	

#### Tipo residência

Casa	369	80,0	192	81,4	177	78,7	0,47
Apartamento	92	20,0	44	18,6	48	21,3	

#### Tem animal de Estimação

Sim	345	74,8	171	72,5	174	77,3	0,25
Não	115	24,9	64	27,1	51	22,7	

#### Espaços

Nenhum	56	12,1	33	14	23	10,2	0,03
1	361	78,3	188	79,7	173	76,9	
2 ou mais	44	9,5	15	6,4	29	12,9	

#### Equipamentos

≤ 1	96	20,8	62	26,3	34	15,1	0,01
2	74	16,1	36	15,3	38	16,9	
3	112	24,3	59	25	53	23,6	
4	99	21,5	40	16,9	59	26,2	
≥ 5	80	17,4	39	16,5	41	18,2	

Fonte: O autor (2019).

Qui-quadrado de Pearson;  $p \leq 0,05$ .

Com relação as características do ambiente familiar, a maioria das crianças mora com o pai e a mãe (59,9%) e tem ao menos 1 irmão (85,9%). Dentre aqueles que tem irmãos, 36,9% tem 1 irmão, 24,1% tem 2 irmãos, 10,4% tem 2 irmãos e 14,5% tem mais do que 3 irmãos, sendo que 72,2% das crianças que tem irmãos moram junto com eles. Quando as crianças estão em casa o membro da família que cuida delas mais presente foi a mãe (38%), seguida do pai junto da mãe (28%). A maior parte da amostra passa pelo menos 4 horas por dia com o responsável em casa (76,1%), embora tenham aqueles também que passem menos tempo, sendo 10,6% permanecendo apenas entre 2 e 4 horas, e 13,2% menos do que 2 horas (tabela 2).

A grande maioria da amostra reside em casas (80%) e tem algum animal de estimação (74,8%). Com relação aos espaços disponíveis para prática de atividade física na residência, tais como pátio, jardim ou quadra esportiva, 78,3% tem ao menos 1 desses espaços presentes, 12,1% não tem nenhum, e 9,5% apresentam 2 espaços ou mais. Houve diferença significativa entre os sexos neste quesito de espaços disponíveis, com um “p” igual a 0,03. Levando em conta os equipamentos esportivos que as crianças possuíam, tais como skate, patins ou bolas, 20,8% da amostra possuía apenas 1 ou nenhum, 16,1% possuíam 2, 24,3% possuíam 3, 21,5% possuíam 4 e 17,4% possuíam 5 equipamentos ou mais. Neste quesito de equipamentos esportivos também houve diferença significativa entre os sexos com um “p” igual a 0,01 (tabela 2).

De acordo com vários autores (HINO ET AL, 2010; POTWARKA ET AL, 2008; FERREIRA ET AL, 2006), a disponibilidade de infraestruturas recreativas na residência das crianças, é um fator de influência nos níveis de Atividade Física delas. Segundo dados de Pronto (2013), os resultados obtidos mostram uma associação estatisticamente significativa ( $p < 0,001$ ) entre as crianças que possuem mais de quatro infraestruturas desportivas em sua residência e a prática de atividade esportiva. Em seu estudo a probabilidade de as crianças praticarem atividade esportiva, quando existem mais de 4 estruturas esportivas, é 1,98 vezes superior para os meninos e 4,49 vezes superior para as meninas. No presente estudo a porcentagem das meninas (12,9%) que possuíam mais de 2 espaços em sua residência era maior do que os meninos (6,2%).

Em estudo de Milstein e autores, o correlato ambiental com mais impacto foi ter equipamentos de atividade física em casa. A oportunidade de ter tais equipamentos em casa facilita o engajamento de crianças e adolescentes em atividade física. Neste estudo, os dados mostraram que as meninas são as que possuem mais equipamentos esportivos em casa do que os meninos, sendo que 26,2% delas apresentaram ter pelo menos 4 equipamentos, contra 16,9% dos meninos, e 18,2% delas apresentaram ter 5 ou mais equipamentos, contra 16,5% dos meninos

## CONCLUSÕES

Dentre os correlatos da atividade física estudados neste estudo, o nível de atividade física das crianças foi um dos resultados que mais chamou a atenção, pelo fato de que 89,2% das crianças foram classificadas como sendo insuficientemente ativas, estando de acordo com outros estudos nacionais também. De acordo com esses dados, indicamos a necessidade de intervenções e maior exploração dos motivos que levam as crianças a não atenderem os critérios de suficiência na atividade física. Entretanto, embora o índice de insuficiência física tenha sido alto, a porcentagem de crianças classificada com excesso de peso (sobrepeso e obesidade) foi de 17,6%. O baixo apoio social dos pais apresentado no estudo pode ser um dos fatores relacionados ao baixo nível de atividade física, sendo que os pais são determinantes em seus papéis de promover ou não a atividade física entre seus filhos. Por fim, vemos que há diferenças entre os sexos feminino e masculino com relação ao espaço disponível para prática de atividade física na residência e na oferta de equipamentos esportivos e isto pode estar relacionado à prática de atividade física também. Sugere-se para estudos futuros associações entre estas importantes variáveis com o nível de atividade física de crianças, com estudos de intervenção também, a fim de melhor promover a atividade física nesta população.



## REFERÊNCIAS

- BLAIR, S. N.; LAMONTE, M. J.; NICHAMAN, M. Z. The evolution of physical activity recommendations: how much is enough? **The American Journal of Clinical Nutrition**, v.79, p.913-920, 2004.
- PINHEIRO, L. E.; TRINDADE, R. F. C.; DA SILVA M. A. L.; MACHADO, D. R. L.; SANTOS, C. B. DOS. Prática de atividade física de escolares do 4º e 5º anos do ensino fundamental da rede pública estadual. **Revista Brasileira de Medicina Do Esporte**, v.23, p.308–312, 2017.
- BAUMAN, A.E.; REIS, R.S.; SALLIS, J.F.; WELLS, J.C.; LOOS, R.J.; MARTIN, B.W. Correlates of physical activity: Why are some people physically active and others not? **Lancet**, v.380, p.258–271, 2012.
- GLANZ, K.; RIMER, B.K.; VISWANATH, K. **Health Behavior and Health Education: Theory, Research, and Practice**. 4. ed. Jossey-Bass, 2008.
- DUNCAN, S.C.; DUNCAN, T.E.; STRYCKER, L.A. Sources and types of social support in youth physical activity. **Health Psychol**, v.24, p.3–10, 2005.
- BEETS, M.W.; VOGEL, R.; FORLAW, L.; et al. Social support and youth physical activity: the role of provider and type. **Am J Health Behav**, v.30, p.278–289, 2006.
- BARR-ANDERSON, D.J.; ROBINSON-O'BRIEN, R.; HAINES, J.; et al. Parental report vs child perception of familial support: which is more associated with child physical activity and television use? **J Phys Act Health**, v.7, p.364–368, 2010.
- HALLAL, P.C.; BERTOLDI, A.D.; GONÇALVES, H.; VICTORA, C.G. Prevalência de sedentarismo e fatores associados em adolescentes de 10-12 anos de idade. **Cad Saude Publica**, v.22, p.1277-1287, 2006.
- VENANCIO, P.; TEIXEIRA, C.; SILVA, F. Excesso de peso, nível de atividade física e hábitos alimentares em escolares da cidade de Anápolis-GO. **Revista Brasileira de Ciências Do Esporte**, v.35, p.441–453, 2013.
- RIBEIRO, R. Q.; LOTUFO, P. A.; LAMOUNIER, J. A.; OLIVEIRA, R. G.; SOARES, J. F.; BOTTER, D. A. Fatores Adicionais de Risco Cardiovascular Associados ao Excesso de Peso em Crianças e Adolescentes. O estudo do coração de Belo Horizonte. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, v.86, p.408–418, 2006.
- MILLSTEIN, R. A.; STROBEL, J.; KERR, J.; SALLIS, J. F.; NORMAN, G. J.; HARRIS, S.; SAELENS, B. E. Home, School, and Neighborhood Environment Factors and Youth Physical Activity. **Pediatric Exercise Science**, v.23, p.487–503, 2011.
- PRONTO, D. A. F. **A influência do Ambiente Físico e do Ambiente Familiar na Atividade Desportiva das crianças, e a sua relação com a Obesidade Infantil: um estudo realizado no Município da Lousã**. 2013. 75f. Dissertação (Mestrado em Antropologia Médica) - Universidade de Coimbra; Coimbra.

POTWARKA, L. R.; KACZYNSKI, A. T.; FLACK, A. L. Places to Play: Association of Park Space and Facilities with Healthy Weight Status among Children. **Journal of Community Health**, 2008.

FERREIRA, K.; VAN DER HORST, W.; WENDEL-VOS, S.; KREMERS, F. J.; VAN LENTHE; BRUG, J. Environmental correlates of physical activity in youth – a review and update. The International Association for the Study of Obesity. **Obesity Reviews**, v.8, p. 129–154, 2006.

HINO, A. A. F.; REIS, R. S.; FLORINDO, A. A. Ambiente construído e atividade física: uma breve revisão dos métodos de avaliação. **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**, v.12, p. 387-394, 2010.



## ANEXO I

### UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA CENTRO DE ESTUDOS EM ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE

**Data avaliação:** \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_ **ID:** \_\_\_\_\_

**Código:** \_\_\_\_\_ **Turma:** \_\_\_\_\_

**Escola:** \_\_\_\_\_

**Sexo:** <sup>1</sup>[ ] Masculino <sup>2</sup>[ ] Feminino **Data de nascimento:** \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_

#### Parte 1: Atividade Física

##### 1. Atividade física no tempo livre:

Você realizou alguma dessas atividades nos últimos 7 dias (última semana). Se a resposta for sim, quantas vezes foi realizada? (Marcar uma única resposta por atividade).

<b>Atividade Física</b>	<b>Não</b>	<b>1-2</b>	<b>3-4</b>	<b>5-6</b>	<b>≥7</b>
Pular corda	( )	( )	( )	( )	( )
Andar de patins	( )	( )	( )	( )	( )
Brincar de pega-pega	( )	( )	( )	( )	( )
Andar de bicicleta	( )	( )	( )	( )	( )
Caminhar como exercício físico	( )	( )	( )	( )	( )
Correr	( )	( )	( )	( )	( )
Nadar	( )	( )	( )	( )	( )
Dançar	( )	( )	( )	( )	( )
Fazer exercício em academias de ginástica	( )	( )	( )	( )	( )
Fazer musculação	( )	( )	( )	( )	( )
Jogar basquete	( )	( )	( )	( )	( )
Jogar futebol/futsal	( )	( )	( )	( )	( )
Jogar voleibol	( )	( )	( )	( )	( )
Jogar handebol	( )	( )	( )	( )	( )
Jogar tênis de campo/tênis de mesa	( )	( )	( )	( )	( )
Lutar judô, karatê etc.	( )	( )	( )	( )	( )
Outros: _____	( )	( )	( )	( )	( )
Outros: _____	( )	( )	( )	( )	( )

2. Nos últimos 7 dias, durante as aulas de educação física, quantas vezes você permaneceu muito ativo fisicamente: jogando intensamente, correndo, saltando, fazendo lançamentos etc.?

( ) Não tenho aula de educação física

- ☐ Quase nunca
- ☐ Algumas vezes
- ☐ Muitas vezes
- ☐ Sempre

3. Nos últimos 7 dias, o que você normalmente fez no horário do recreio escolar?

- ☐ Fiquei sentado (conversando, lendo, fazendo tarefas de aula etc.)
- ☐ Fiquei passeando pelas dependências da escola
- ☐ Fiquei correndo ou jogando um pouco
- ☐ Fiquei correndo ou jogando bastante
- ☐ Fiquei correndo ou jogando durante todo o recreio

4. Nos últimos 7 dias, fora da escola, no período da manhã, quantas vezes você brincou, praticou esporte, realizou exercício físico ou dançou de tal forma que ficou muito ativo fisicamente?

- ☐ Nenhuma vez
- ☐ Uma vez na última semana
- ☐ 2 – 3 vezes na última semana
- ☐ 4 – 5 vezes na última semana
- ☐ 6 ou mais vezes na última semana

5. Nos últimos 7 dias, fora da escola, no período da tarde, quantas vezes você brincou, praticou esporte, realizou exercício físico ou dançou de tal forma que ficou muito ativo fisicamente?

- ☐ Nenhuma vez
- ☐ Uma vez na última semana
- ☐ 2 – 3 vezes na última semana
- ☐ 4 – 5 vezes na última semana
- ☐ 6 ou mais vezes na última semana

6. Nos últimos 7 dias, fora da escola, no período da noite, quantas vezes você brincou, praticou esporte, realizou exercício físico ou dançou de tal forma que ficou muito ativo fisicamente?

- ☐ Nenhuma vez
- ☐ Uma vez na última semana
- ☐ 2 – 3 vezes na última semana
- ☐ 4 – 5 vezes na última semana
- ☐ 6 ou mais vezes na última semana

7. No último final de semana, quantas vezes você brincou, praticou esporte, realizou exercício físico ou dançou de tal forma que ficou muito ativo fisicamente?

- ☐ Nenhuma vez
- ☐ Uma vez
- ☐ 2 – 3 vezes
- ☐ 4 – 5 vezes
- ☐ 6 ou mais vezes

8. Qual das seguintes situações melhor descreve seus últimos 7 dias? Leia as 5 opções antes de decidir por uma resposta que melhor descreve sua última semana.

- ( ) Todo ou a maioria do tempo livre eu me dediquei a atividades que exige pouco ou nenhum esforço físico.
- ( ) Algumas vezes (1-2 vezes na última semana) realizei atividade física no meu tempo livre (por exemplo, prática de esporte, jogar bola, correr, nadar, dançar, andar de bicicleta etc.)
- ( ) Frequentemente (3-4 vezes na última semana) realizei atividade física no tempo livre.
- ( ) Bastante frequentemente (5-6 vezes na última semana) realizei atividade física no tempo livre.
- ( ) Muito frequentemente (7 ou mais vezes na última semana) realizei atividade física no tempo livre.

9. Assinale com que frequência você realizou atividade física (por exemplo, praticou esporte, jogou bola, correu, nadou, dançou, andou de bicicleta, fez exercício físico etc.) em cada dia da semana.

	Nenhuma	Pouco	Médio	Bastante	Muito
Segunda-Feira	( )	( )	( )	( )	( )
Terça-Feira	( )	( )	( )	( )	( )
Quarta-Feira	( )	( )	( )	( )	( )
Quinta-Feira	( )	( )	( )	( )	( )
Sexta-Feira	( )	( )	( )	( )	( )
Sábado	( )	( )	( )	( )	( )
Domingo	( )	( )	( )	( )	( )

10. Você esteve doente nesta última semana, ou apresentou alguma situação que o impediu de realizar normalmente atividade física?

( ) Sim

( ) Não

Se sim, qual foi o impedimento?

---

## ANEXO II

## Apoio Social

Com que frequência os seus pais:	Nunca	Raramente	Frequentemente	Sempre
<b>APP1.</b> ESTIMULAM você a praticar atividade física?				
<b>APP2.</b> PRATICAM atividade física com você?				
<b>APP3.</b> TRANSPORTAM ou disponibilizam transporte para que você possa ir até o local onde você pratica sua atividade física?				
<b>APP4.</b> ASSISTEM você praticando atividade física?				
<b>APP5.</b> COMENTAM que você está praticando bem sua atividade física?				
<b>APP6.</b> CONVERSAM com você sobre sua atividade física?				

**APÊNDICE I****ESTADO NUTRICIONAL**

IMC	
MASSA CORPORAL (KG)	
ESTATURA (CM)	

## APÊNDICE II

### Parte 3- Questionário de Ambiente Familiar

01- Com quem você mora?

<sup>1</sup>( )Pai   <sup>2</sup>( )Mãe   <sup>3</sup>( ) Pai e Mãe   <sup>4</sup>( )Avó e/ou Avô   <sup>5</sup>( )Outro \_\_\_\_\_

02-Você tem irmãos?

<sup>1</sup>( )Sim   <sup>2</sup>( )Não (pule para a questão 05)

03-Qual é o número de irmãos?

<sup>1</sup>( )1 irmão   <sup>2</sup>( )2 irmãos   <sup>3</sup>( )3 irmãos   <sup>4</sup>( )Mais de 3 irmãos

04-O(s) irmão(s) vive(m) junto com você?

<sup>1</sup>( )Sim   <sup>2</sup>( )Não

05-Quando você está em casa, quem é responsável por você?

<sup>1</sup>( )Pai   <sup>2</sup>( )Mãe   <sup>3</sup>( )Pai e Mãe   <sup>4</sup>( )Avó, Avô   <sup>5</sup>( )Outro \_\_\_\_\_

06-Quanto tempo essa pessoa que é responsável por passa com você por dia?

<sup>1</sup>( )Nenhum tempo   <sup>2</sup>( )Até 2 horas por dia   <sup>3</sup>( )2-4 horas por dia   <sup>4</sup>( )Mais de 4 horas por dia

07-Qual é seu tipo de residência?

<sup>1</sup>( ) Casa   <sup>2</sup>( )Apartamento

08- Você tem animais de estimação?

<sup>1</sup>( )Sim. Qual? \_\_\_\_\_   <sup>2</sup>( )Não

09- Com relação aos espaços disponíveis para prática de atividade física no lugar em que você mora, quais dos seguintes espaços estão presentes?

<sup>1</sup>( )Pátio   <sup>2</sup>( )Jardim   <sup>3</sup>( )Quadra esportiva   <sup>4</sup>( )Outro \_\_\_\_\_

10-Com relação à presença de equipamentos esportivos na sua casa, quais destes existem?

<sup>1</sup>( )Bicicleta

<sup>6</sup>( )Trave de futebol/handebol

<sup>2</sup>( )Skate

<sup>7</sup>( )Corda

<sup>3</sup>( )Patins

<sup>8</sup>( )Mesa de Ping Pong

<sup>4</sup>( )Bolas

<sup>9</sup>( )Outros \_\_\_\_\_

<sup>5</sup>( )Cesta de Basquete